

アンガーマネジメント(怒りのコントロール)について

～怒りと上手に付き合っていくために～



怒りがこみ上げて爆発して、あとで後悔してしまう…。そんな経験はありませんか？
特に ADHD の特性があると、感情をコントロールするのが難しい場合があります。怒りと上手に付き合っていくためには、どのような方法があるのでしょうか？当事者の方、保護者、支援者など、アンガーマネジメントについて興味のある方のご参加をお待ちしております。

○日 時：平成29年7月29日(土) 14:00～16:00(受付13:30～)

○会場：山梨県立育精福祉センター 会議室(南アルプス市有野3303-2)

○内容：講演 14:00～16:00(質疑応答含む)

「アンガーマネジメント(怒りのコントロール)について～怒りと上手に付き合っていくために～」

○講師：高山 恵子氏(NPO法人えじそんくらぶ代表。ハーティック研究所所長)

<略歴>

昭和大学薬学部卒業後、約10年間学習塾を経営。1997年アメリカトリニティー大学大学院教育学修士課程修了(幼児・児童教育、特殊教育専攻)。98年同大学院ガイダンスカウンセリング修士課程修了。専門は、AD/HD等高機能発達障害のある人のカウンセリングと教育を中心にストレスマネジメント講座などにも力を入れている。

<主な著書>

・『ADHDの人のためのアンガーマネジメント』講談社

○定員：50名

○対象：障害児(者)・保護者・関係機関職員・一般・興味のある方どなたでも

○申込方法：電話またはFAX

○申込締切：平成29年7月19日(水) ※定員になり次第締め切ります。

お預かりについて

講演中、障がい児やそのごきょうだいをお預かりします。ご希望される場合は、参加申込み時にその旨をお知らせください。申込み後、事前にお子さまの様子(歩行やトイレ等)について伺いするため、担当者から連絡をさせていただきます。

- ・定員：20名
- ・持ち物：上履き、その他必要な物
- ・申込み方法：電話またはFAX

ボランティア募集

お預かりにて一緒に活動をしていただけるボランティアを募集します。スタッフも一緒に活動しますので、お気軽にご参加ください。

- ・対象：高校性以上
- ・活動内容～工作や軽い運動をします。
- ・当日 13:00集合 ・持ち物：上履き
- ・服装：動きやすい服装
- ・申込み方法：電話またはFAX

お申込み・お問合せ先

山梨県立育精福祉センター 地域療育担当 堀内 彩
TEL: 055-285-0615 FAX: 055-285-2094

